

# JÍDELNÍ LÍSTEK NA OBDOBÍ OD 20. 1. 2020 DO 26. 1. 2020

Den	Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře	Druhá večeře
Po 20.1.	9/2, 3, 2, 9 Kávovina melta (1, 7), Čaj ovocný, Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), Máslo (7), <b>Lahůdková dětská paštika</b>	9/2, 9 Ovoce	<u>Varianta 1</u> 3, 9 Polévka <b>písmenková*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Segedínský guláš</b> (1, 7, 9), Houskový knedlík (1, 3, 7), Čaj ovocný 9/2, 2 Polévka <b>písmenková*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Vepřový guláš</b> (1, 7, 9), Houskový knedlík (1, 3, 7), Čaj ovocný  <u>Varianta 2</u> 3 <b>Lasagne se špenátem</b> (1, 3, 7), Čaj ovocný	9/2, 3, 2, 9 Čaj ovocný, Mléko (7), <b>Cukrovinka</b> 9/2, 9 – dia	9/2, 3, 2, 9 <b>Kefir (7), Brambory vařené maštěné sypané petrželkou*</b> (7), Čaj ovocný	9/2, 9 Chléb tmavý (1, 3, 7), <b>Sýr Kiri 6D</b> (7)
Út 21.1.	9/2, 3, 2, 9 Kávovina melta (1, 7), Čaj ovocný, Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), <b>Pomazánka z červené řepy*</b> (7)	9/2, 9 Ovoce	<u>Varianta 1</u> 3, 9 Polévka <b>fazolová*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Ovocný táč s drobenkou</b> (1, 3, 7), Kakao (7), Čaj ovocný 9/2, 9 – dia 9/2, 9 Polévka <b>z červené čočky*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Bublanina s ovocem</b> (1, 3, 7), Mléko (7), Čaj ovocný 9/2, 9 – dia  <u>Varianta 2</u> 9/2, 3, 9 <b>Kuřecí prsa na pomerančích</b> (1), Rýže jasmínová, Čaj ovocný	9/2, 3, 2, 9 Čaj ovocný, <b>Ovocný nápoj,</b> Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), <b>Máslo</b> (7)	3, 9 Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), <b>Moravské uzené, Hořčice</b> (10), Okurek, Čaj ovocný 9/2, 2 Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), Máslo (7), <b>Debrecínská pečeně,</b> Rajče, Čaj ovocný	9/2, 9 Chléb tmavý (1, 3, 7), <b>Bílý jogurt</b> (7)
St 22.1.	9/2, 3, 2, 9 Kakao (7), Čaj ovocný, Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), Máslo (7), <b>Džem</b> 9/2, 9 – dia	9/2, 9 Ovoce	<u>Varianta 1</u> 9/2, 3, 2, 9 Polévka <b>selská*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Bylinkové masové koule se sýrem</b> (1, 3, 7), Bramborová kaše*, Salát, Čaj ovocný  <u>Varianta 2</u> 3 <b>Zvěřina se šípkovou omáčkou</b> (1, 7), Špeclé (1, 3), Čaj ovocný	9/2, 3, 2, 9 Čaj ovocným, <b>Ovocná kapsička</b>	9/2, 3, 2, 9 <b>Těstovinové rizoto s kuřecím masem sypané sýrem</b> (1, 3, 7, 9), Salát, Čaj ovocný	9/2, 9 Chléb tmavý (1, 3, 7), <b>Máslo</b> (7), <b>Sýr Baby bel</b> (7)
Čt 23.1.	9/2, 3, 2, 9 Kávovina melta (1, 7), Čaj ovocný, Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), Máslo (7), <b>Vejce vařené</b> (3)	9/2, 9 Ovoce	<u>Varianta 1</u> 3, 9 Polévka <b>zeleninová*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Drůbeží játra na slanině a cibuli</b> (1, 7), Rýže dušená, Čaj ovocný 9/2, 2 Polévka <b>zeleninová*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Drůbeží játra na šunce a pórku</b> (1, 7), Rýže dušená, Čaj ovocný  <u>Varianta 2</u> 3 <b>Uzené kuřecí stehno,</b> Brambory štouchané s cibulkou* (7), Salát, Čaj ovocný	3 Čaj ovocný, Mléko (7), <b>Kobliha</b> 9/2, 2, 9 Čaj ovocný, Mléko (7), <b>Buchta</b> 9/2, 2 – dia	9/2, 3, 2, 9 Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), Máslo (7), <b>Sýr Hermelin</b> (7), Zelenina, Čaj ovocný 9/2, 2 – <b>Sýr ochucený</b> (7)	9/2, 9 Chléb tmavý (1, 3, 7), <b>Čekankové máslo</b> (7)

Den	Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře	Druhá večeře
<b>Pá 24.1.</b>	<b>9/2, 3, 2, 9</b> Kávovina melta (1, 7), Čaj ovocný, Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), Máslo (7), <b>Lázeňský salám</b>	<b>9/2, 9</b> Ovoce	<b>Varianta 1</b> <b>3, 9</b> Polévka <b>z kostí s bylinkovými nočky*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Smažený kuřecí řízek</b> (1, 3, 7), Bramborová kaše* (7), Salát, Čaj ovocný <b>9/2, 2</b> Polévka <b>z kostí s bylinkovými nočky*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Kuřecí přírodní řízek</b> (1), Bramborová kaše* (7), Salát, Čaj ovocný  <b>Varianta 2</b> <b>3</b> <b>Zeleninový salát s tuňákem a vejcem</b> (1, 3, 4, 6, 7, 9), Celozrnné pečivo (1, 3, 6), Čaj ovocný	<b>9/2, 3, 2, 9</b> Čaj ovocný, Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), <b>Sýr</b> <b>smetanový</b> (7)	<b>Varianta 1</b> <b>9/2, 3, 2, 9</b> <b>Rýžová kaše</b> (7), Kompot, Čaj ovocný 9/2, 9 – dia  <b>Varianta 2</b> <b>9/2, 9</b> <b>Hovězí kostky na</b> <b>žampionech</b> (1), Těstovinová rýže (1, 3), Čaj ovocný	<b>9/2, 9</b> Chléb tmavý (1, 3, 7), <b>Paštika</b> <b>drůbeží</b>
<b>So 25.1.</b>	<b>9/2, 3, 2, 9</b> Kávovina melta (1, 7), Čaj ovocný, Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), Máslo (7), <b>Sýr</b> <b>tvrdý</b> (7)	<b>9/2, 9</b> Ovoce	<b>3, 9</b> Polévka <b>pohanková ala bramboračka*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Vepřový závitok na španělský způsob</b> (1, 3), Těstoviny (1, 3), Kompot, Čaj ovocný <b>9/2, 2</b> Polévka <b>pohanková ala bramboračka*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Vepřový závitok</b> (1, 3), Těstoviny (1, 3), Kompot, Čaj ovocný	<b>9/2, 3, 2, 9</b> Čaj ovocný, <b>Skyr</b> (7)	<b>9/2, 3, 2, 9</b> Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), <b>Pomazánka</b> <b>skandinávská</b> (7, 10), Ovocný nápoj, Čaj ovocný 9/2, 2 – dietní	<b>9/2, 9</b> Chléb tmavý (1, 3, 7), <b>Máslo</b> (7), <b>Rajče</b>
<b>Ne 26.1.</b>	<b>9/2, 3, 2, 9</b> Kakao (7), Čaj ovocný, <b>Šáteček</b> (1, 3, 6) 9/2, 9 – dia	<b>9/2, 9</b> Ovoce	<b>9/2, 3, 2, 9</b> Polévka <b>hovězí s kuskusem*</b> (1, 3, 6, 7, 9, 13), <b>Kuřecí maso jako ražniči</b> (1, 7), Brambory vařené*, Čaj ovocný	<b>9/2, 3, 2, 9</b> Čaj ovocný, Mléko (7), Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), <b>Bylinkové</b> <b>máslo</b> (7)	<b>9/2, 3, 2, 9</b> Chléb kmínový (1, 6, 7), Rohlík (1, 6), <b>Tavený</b> <b>salámek</b> (7), Zelenina, Čaj ovocný	<b>9/2, 9</b> Chléb tmavý (1, 3, 7), <b>Ovocné pyré</b>

Vysvětlivky: 2 – dieta šetřící, 3 – dieta racionální (základní), 9 – dieta diabetická, 9/2 – dieta diabetická šetřící, (1 – 14) = číslo alergenu, \* = obsahuje sezónní ovoce a zeleninu  
Poznámka: **obsahuje** alergeny: 1-obiloviny, 2-korýši, 3-vejce, 4-ryby, 5-arašidy, 6-sója, 7-mléko, 8-ořechy, 9-celer, 10-hořčice, 11-sezam, 12-siřičitany, 13-vlčí bob, 14-měkkýši

Změna jídelního lístku vyhrazena.

**Sestavili:** Mgr. Michaela Hejmalová, nutriční terapeutka  
Michal Šťastný, šéfkuchař

**Kontrolovali:** Bc. Petra Doležalová, vedoucí TPU  
Mgr. Michaela Kaňová, vrchní sestra

